

**Республика Карелия**  
**Министерство образования и спорта Республики Карелия**  
**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Республики Карелия**  
**«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 24»**  
**(ГБОУ РК «Школа-интернат № 24»)**

185033, Республика Карелия, г. Петрозаводск, ул. Сегежская, д.2. Тел. 52-63-50, 52-61-79  
ИНН 1001034935, КПП 100101001, ОГРН 1031000020480, E-mail: school-internat24@mail.ru

Утверждено  
приказом ГБОУ РК «Школа-интернат №24»  
от 29 августа 2025 года №161-од  
*приложение 7*  
директор М.Н. Кузьмина

**ИНДИВИДУАЛЬНОЕ МЕНЮ № 9**

с исключением с исключением бобовых, десятидневное, осень-зима, 7-11 лет, двухразовое

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>1-й день</b>							
завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100	5,9	13,6	34,3	282,4	1
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	8,38	8,14	38,32	254	174
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,2	1,3	10	57,5	379
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2	0,3	12,7	61,2	115
	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	10,8	48	338
	Итого за завтрак		17,88	23,74	106,12	703,1	
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,95	6,06	3,05	71	24
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	2,34	2,83	16,87	114	97
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100	7,4	11	7,2	148	246
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ рассыпчатая	180	9,96	10,74	44,84	315	171
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	442
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2	0,3	12,7	61,2	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,3	0,4	35,1	165,8	114

	Итого за обед		28,95	31,53	139,96	961	
	Итого за день		46,83	55,27	246,08	1664,1	
<b>2-й день</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100	9,25	13,63	32	291	3
	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	200	5,2	3,8	27,04	164	182
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	4,9	19,4	430
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	338
	Итого за завтрак		18,55	18,33	101,94	652	
обед	ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ	60/40	7,97	8,86	4,39	175	69
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (без горошка)	250	3,75	7,5	14,38	142,5	99
	КУРИЦА ОТВАРНАЯ	120	27,01	28,89	1,61	374	288
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	4	6	32	198	205
	МОРС ВИШНЕВЫЙ	200	0,2	0	9,1	36,8	437
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,3	0,4	35,1	165,8	114
	Итого за обед		50,83	52,05	113,58	1 173,70	
	Итого за день		69,38	70,38	215,52	1825,7	
<b>3-й день</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	100	4,92	7,9	45,21	272	2
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	165	15	21	3	264	210
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	10	83,1	382
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	338
	Итого за завтрак		26,72	32,6	85,51	747,7	

обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100	1,06	0,17	8,52	40	59
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫ Й С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ	250	6,1	9,3	19	184,5	98
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	100	8,7	8,9	10	155,4	278
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНО Е	180	3,9	6,2	26,48	177	312
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	27,88	115	342
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,6	0,4	30,1	142,1	114
	Итого за обед		27,12	25,53	138,98	895,6	
	Итого за день		53,84	58,13	224,49	1643,3	
<b>4-й день</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	№ рецептур ы
			Белк и	Жир ы	Углевод ы		
завтрак	БУТЕРБРОД С ЯЙЦОМ	100	9,3	13,6	32	291,3	3
	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (ПШЕННАЯ)	200	7,51	11,72	37,05	285	182
	ЧАЙ ЗЕЛЕНый С МОЛОКОМ	200	1,5	1,6	7,2	48,5	378
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	10,8	48	338
	Итого за завтрак		21,31	27,72	104,05	754,4	
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	100	1,09	6,04	3,78	74	29
	БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	250	4,13	9,13	14	156,88	76
	БЕФСТРОГАНО В ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100	14,4	12,25	3,78	181	245
	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180	9,53	9,18	45,23	302	171

	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	20,76	88	388
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,1	0,5	40,1	189,5	114
	Итого за обед		38,53	37,78	144,65	1072,98	
	Итого за день		59,84	65,5	248,7	1827,38	
<b>5-й день</b>							
Прием пищи	Наименование блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100	9,25	13,63	32	291	3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗ МОЛОКА	200	9,96	10,74	44,84	315	171
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,2	1,3	10	57,5	379
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	338
	Итого за завтрак		24,51	26,57	124,84	841,1	
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,95	6,06	3,05	71	24
	РАССОЛЬНИК	250	6,25	12,5	15	197,5	94
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	13,82	13,57	10,77	220	234
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	3,92	15,11	27,19	259	142
	СОК МОРКОВНЫЙ	200	2,1	0,2	24,4	108,6	389
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,1	0,5	40,1	189,5	114
	Итого за обед		34,23	48,29	137,51	1121,2	
	Итого за день		58,74	74,86	262,35	1962,3	
<b>6-й день</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100	5,9	13,6	34,3	282,4	1
	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	4,6	4,7	22,7	152,2	182

	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,5	1,6	7,2	48,5	378
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ГРУША	100	0,4	0,3	10,3	47	338
	Итого за завтрак		18,35	20,6	89,2	620,3	
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,02	5,39	3,23	66	23
	СУП С МАКАРОННЫМИ И ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,39	5,08	13	117	111
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100	7,4	10	7,2	148	246
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,96	10,74	44,84	315	171
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	442
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,3	0,4	35,1	165,8	114
	Итого за обед		31,44	31,81	129,46	929,1	
	Итого за день		49,79	52,41	218,66	1549,4	
<b>7-й день</b>							
Прием пищи	Наименование блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100	9,25	13,63	32	291	1
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	8,38	8,14	38,32	254	174
	ЧАЙ ЗЕЛЕНЫЙ С МОЛОКОМ	200	1,5	1,6	7,2	48,5	378
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	Итого за завтрак		22,13	24,17	105,32	723,1	
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	100	1,09	6,04	3,78	74	29
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	6,3	10	8,5	150	84
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	120	20,21	7,58	0,92	153	226
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,9	6,2	26,48	177	312

	МОРС КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,1	0,1	5,9	26,4	437
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40/70	5,3	0,4	35,1	165,8	114
	Итого за обед		32,58	33,39	117,3	870,48	
	Итого за день		54,71	57,56	222,62	1593,58	
<b>8-й день</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	№ рецептур ы
			Белк и	Жир ы	Углевод ы		
завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	24,92	20,76	47,98	478	223
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	10	83,1	382
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43	341
	Итого за завтрак		32,22	24,36	83,08	685,7	
обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫ Й С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	100	1,8	3,2	10	77,1	42
	БОРЩ	250	5,6	8,3	11,1	142,5	82
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	100	8,66	8,88	9,99	155,4	278
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,62	5,42	31,73	202	309
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	1	0,2	20,2	86	442
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,3	0,4	35,1	165,8	114
	Итого за обед		29,62	27,93	131,74	901,71	
	Итого за день		61,84	45,28	214,82	1 587,41	
<b>9-й день</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	№ рецептур ы
			Белк и	Жир ы	Углевод ы		
завтрак	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	100	4,92	7,9	45,21	272	2
	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	200	5,2	3,8	27,04	164	182
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,2	1,3	10	57,5	379
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115

	ГРУША	100	0,4	0,3	10,3	47	338
	Итого за завтрак		9,12	9,9	104,3	458,1	
обед	ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ	60/40	7,97	8,86	4,39	175	69
	РАССОЛЬНИК	250	6,25	12,5	15	197,5	94
	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ	100/30	15,98	20,51	13,88	304	294
	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180	9,53	9,18	45,23	302	171
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	20,78	88	388
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,3	0,4	35,1	165,8	114
	Итого за обед		48,31	52,13	151,38	1 313,90	
	Итого за день		57,43	62,03	255,68	1 772,00	
<b>10-й день</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100	9,25	13,63	32	291	3
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	2	1	21	101	173
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	10	83,1	382
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	338
	Итого за завтрак		19,15	18,53	101	652,7	
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	100	1,09	6,04	3,78	74	29
	БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	250	4,13	9,13	14	156,88	76
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	13,82	13,57	10,77	220	234
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	4,66	6,55	28,35	193,31	133
	СОК МОРКОВНЫЙ	200	2,1	0,2	24,4	108,6	389
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/40	2,6	0,4	17	81,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,1	0,5	40,1	189,5	114
	Итого за обед		34,5	36,39	138,4	1023,89	
	Итого за день		53,65	54,92	239,4	1676,59	

